

## Golfin monipuoliset terveystvaikutukset – Miten vaikuttaa omaan terveyteen ja hyvinvointiin golfaamalla?

Julia Kettinen

Uudenmaan alueen ladygolftyöryhmä järjestää alueen naisgolfaajille maksuttoman webinaarin golfin terveystvaikutuksista.

Webinaarissa saat konkreettisia vinkkejä, miten voit vaikuttaa omaan terveyteesi ja hyvinvointiin golfaamalla.

Puhujana toimii Master Golf Academyn pro ja liikunta- ja urheilulääketieteen väitöskirjatutkija Julia Kettinen.

Terveys on meille kaikille yhteinen asia, johon meillä on mahdollisuus ja velvollisuus vaikuttaa elintavoillamme. Tervetuloa kuulemaan lisää!

Voit myös esittää etukäteen kysymyksiä, joihin Julia vastaa jokaisen osa-alueen jälkeen.

Webinaarin lisätiedot ja ilmoittautuminen viereisen QR-koodin kautta.

Avaa puhelimestasi kamera ja kohdistaa se QR-koodiin ja klikkaa linkkiä. Sen jälkeen pääset ilmoittautumaan.

